

Día 35: Tradición y Sabor

Desayuno

Tortilla de Champiñones y Queso de Cabra

Ingredientes: 3 huevos, 100g champiñones laminados, 50g queso de cabra desmenuzado, cebollino fresco, mantequilla, sal y pimienta negra.

Preparación: Saltea los champiñones en mantequilla hasta dorados. Bate los huevos con sal y pimienta. Vierte sobre los champiñones, añade el queso de cabra y cocina a fuego medio. Dobla cuando esté cuajada. Decora con cebollino.

Almuerzo

Caldo de Huesos con Jengibre

1 litro caldo de huesos, jengibre rallado, cúrcuma en polvo, ajo, limón. Hierve 15 minutos y cuela.



Lubina al Horno

1 lubina entera (300g), limón en rodajas, romero fresco, aceite de oliva, ajo, sal marina. Rellena la lubina con limón y romero. Hornea a 190°C durante 25 minutos regando con aceite de oliva y ajo.

Cena

Estofado de Cordero

300g cordero en trozos, 150g setas variadas, kale, caldo, tomate, vino tinto, romero, tomillo. Sofríe la carne, añade verduras y líquidos. Cocina a fuego lento 90 minutos.